

明治地区地域ささえいセンターかるがも



2026年 行事カレンダー

(開所時間: 9:30~17:30)

1月

【新型コロナウィルス等感染症拡大防止のために】

来所される際は、手洗いの実施をお願いします。また、連絡先を把握する為に名簿の作成にご協力ください。発熱、咳など風邪症状のある方はご遠慮ください。



	月	火	水	木	金	土	日	
	小スペース AM	大スペース PM	小スペース AM	大スペース PM	小スペース AM	大スペース PM	小スペース AM	大スペース PM
					1 お休み 元旦	2 お休み	3 お休み	4 お休み
5 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 6	パンの日 7 柏山公園体操 水曜日 9:30	8	食 堂 20食限定 9 駒形公園体操 金曜日 10時	10 11			
からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	パッチャワーク サークル 10:00~12:00	ぬりえサロン 10:00~11:00	いきいき体操会 10:00~11:00	ヨガサークルA 10:00~11:00	手芸アマリリス 10:00~12:00	読書ゆりの会 10:00~11:30	みんなのいばしょ 10:00~16:00 こがも食堂 10:30~12:30 ※アトリエ花	お休み
ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30~16:00	庭プロジェクト 14:00~15:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30~15:30	フードパントリー 17:00~19:00	SRGハーモニー 13:30~15:00			お休み
12 お休み 成人の日	ラーメンの日 13	パンの日 14 柏山公園体操 水曜日 9:30	かるがもカフェ 15	食 堂 20食限定 16 駒形公園体操 金曜日 10時	17 18			
シャンソソ サークル 10:00~11:00		いきいき体操会 10:00~11:00	ヨガサークルB 10:00~11:00	スマホケータイ教室 10:00~12:00				お休み
歌声サロン 13:30~14:30		手芸の時間 13:30~15:30	かるがもおれんじ カフェ 13:00~15:00	子ども書道教室 16:00~17:30	ららラビット2323 歌の会 13:30~15:30			お休み
19 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 20	パンの日 21 柏山公園体操 水曜日 9:30	かるがもカフェ 22	食 堂 20食限定 23 駒形公園体操 金曜日 10時	24 25			
からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	パッチャワーク サークル 10:00~12:00	バスティアート 10:00~11:00 1部 9:30~10:30 2部 10:40~11:40	書道サークル 野の筆 1部 9:30~10:30 2部 10:40~11:40	ヨガサークルA 10:00~11:00	手芸アマリリス 10:00~12:00			みんなのいばしょ 10:00~16:00 こがも食堂 ★マジックショー 14:00~15:00
ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30~16:00	庭プロジェクト 14:00~15:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30~15:30	会議利用 13:30~15:00		かるがも俳句の会 14:00~16:00		お休み
26 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 27	パンの日 28 柏山公園体操 水曜日 9:30	29	食 堂 20食限定 30 駒形公園体操 金曜日 10時	31			
からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)		介護予防 らくらく体操 10:00~11:00	ヨガサークルB 10:00~11:00					お休み
ゆるゆるオーナー 14:00~16:00		手芸の時間 13:30~15:30	子ども書道教室 16:00~17:30					

ゆるゆる二就労準備支援事業主催

お問い合わせ 070-1432-0952 (平日)

=申し込みが必要な活動